



قص الشعر بالمقص



إشراف/ الإدارة العامة للمناهج

يكتب هنا اسم المؤلف

١٤٤١هـ



١٠ دقائق





- تهدف هذه الحقيبة إلى إكساب المتدرب المعارف والمهارات التأسيسية في
قص الشعر بالمقص





- تقدم هذه الحقيبة المهارات الأساسية لقص الشعر بالمقص قصات الطول الواحد وقصات الشعر المتدرج الطول كما انها تعرف المتدرب على طرق غسل الشعر واختيار الشامبو المناسب وطرق تدليك فروة الرأس باستخدام اليد او أجهزة التدليك.



الوحدة	عنوان الوحدة	زمن الوحدة (ساعة)
الأولى	قص الشعر بالمقص	٤٠ ساعة
الثانية	غسيل شعر الرأس	٢٠ ساعة
الثالثة	تدليك فروة الرأس	٢٠ ساعة



• من المتوقع في نهاية هذه الحقيبة التدريبية أن يكون المتدرب قادراً
وبكفاءة على أن:

١. يحدد اشكال الرأس المختلفة.
٢. يعدد زوايا قص الشعر على الجمجمة.
٣. يختار المقص المناسب لقص الشعر.
٤. يقص الشعر قصات الطول الواحد وقصات الطول المتدرج باستخدام المقص.



٥. يختار الشامبو المناسب للشعر.
٦. يغسل الشعر بالطريقة الصحيحة.
٧. يجفف الشعر.
٨. يعدد عضلات فروة الرأس.
٩. يدللك فروة الرأس باستخدام اليد او جهاز التدليك.



قص الشعر بالمقص



- من المتوقع في نهاية هذه الوحدة التدريبية أن يكون المتدرب قادراً
وبكفاءة على أن:

١. يحدد اشكال الرأس المختلفة.
٢. يعدد زوايا قص الشعر على الجمجمة.
٣. يختار المقص المناسب لقص الشعر.
٤. يقص الشعر قصات الطول الواحد وقصات الطول المتدرج باستخدام المقص.



الوقت المتوقع للتدريب على هذه الوحدة: ٤٠ ساعة

الوسائل التدريبية المساعدة:

١. سبورة.
٢. جهاز عرض صور (بروجكتر).
٣. عروض فيديو لتطبيقات عملية للمهارات.
٤. مقصات وامشاط مختلفة الاشكال والاحجام.
٥. منيكان بأطوال شعر مختلفة.
٦. زبائن للتطبيق العملي.



- من اهم عناصر نجاح قصة الشعر ان تكون متناسبة مع شكل الرأس والوجه حيث تخفي العيوب وتبرز المميزات وتوازن بين البنية الكاملة لشكل الرأس.

- تقارن اشكال الرؤوس حسب:

١. طول الوجه: وهي المسافة من الجبين حتى الدقن.
٢. عرض الوجه (الوجنتين): وهي المسافة من الخد الأيمن حتى الخد الأيسر.



٣. عرض الجبين: وهي المسافة من الصدغ الأيمن حتى الصدغ الايسر.
٤. عرض الدقن: وهي المنطقة التي تقع تحت الفم مباشرة.

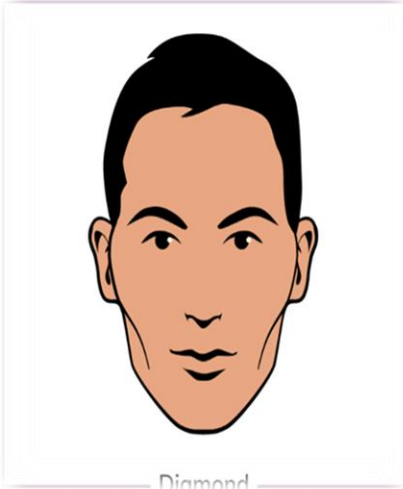


- الوجه الماسي (Dimond face shape) :
- يتميز هذا الوجه بضيق في منطقه الجبين والدقن وعرض في الوجنتين.
- ولموازنه حجم الجبين والدقن مع الوجنين يفضل اختيار قصات شعر

قصيرة كلاسيكيه مرفوعة الشعر الى الأعلى

في مقدمة الرأس مع إمكانية تطويل منطقة جانبي الرأس

- (السوالف) مما يخفف من عرض الوجه.



Diamond





• لوجه القلب (Heart face shape) :

• يتميز هذا الوجه بالجبين العريضة ووجنتين دائريه تميل للأسفل ودقن

صغير.

• ولأضافه التوازن لهذا الشكل من الوجوه ختار

قصات شعر ذات طول متوسط لمنطقه مقدمة الرأس

تنسدل للأمام او أحد الجانبين محاولة منا لتضييق

وتصغير حجم الجبين مع مراعاة تقصير طول شعر منطقه الجوانب.





• الوجه المستطيل (Oblong face shape):

- يتميز هذا الوجه انه طويل مستطيل زواياه دائريه الجبين عريض ولكنه مساوي لعرض الوجنتين والدقن.

- ولاختيار القصة المثالية لهذا النوع فأنا نركز على اختيار

الطول المناسب فلكون جميع قياسات الوجه متساوية

فأن أفضل قصه هي قصة الشعر ذات الطول المتساوي

في جميع الاتجاهات مع مراعاة عد الافراط في التقصير او الطول.



Oblong





• الوجه البيضاوي (Oval face shape):

• يتميز هذا النوع من الوجوه بعرض متساوي في الجبين والوجنتين ويضيق

في الدقن يشبه الوجه القلب ولكنه أكثر طولاً.

• الوجه البيضاوي هو الوجه المثالي فجميع قصات

الشعر تناسبه بجميع اطوالها.

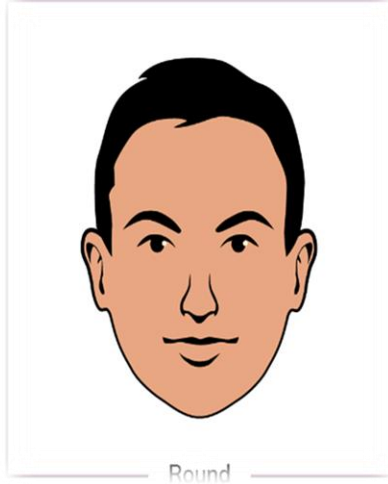




- الوجه الدائري (Round face shape):
 - يتميز هذا النوع من الوجوه بعرض منطقة الوجنتين أكثر من الجبين والدقن بنسبه بسيطة وكون زوايا الوجه دائريه واطواله متقاربه.
 - تناسب هذا الوجه قصات الشعر التي تضيفي زوايا وانحناءات للوجه وتضييق من عرض الوجنتين مثل القصات المرفوعة للأعلى مع سوائف طويله تعطي نحافة للوجه كذلك قصات الطول المتوسط المنسدلة على الوجه او على جوانب الوجه.



- يفضل الابتعاد عن قصات الشعر القصيرة ذات الطول الواحد لكونها تزيد من عرض الوجه.

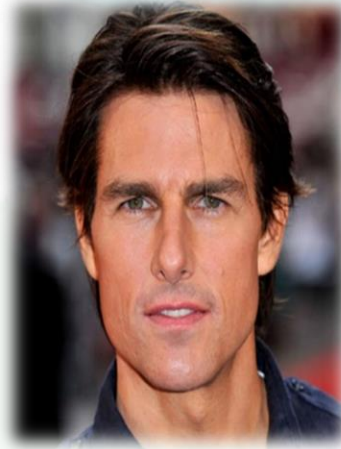
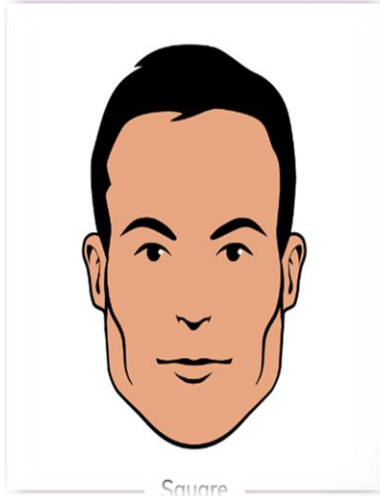




- الوجه المربع (Square face shape):
- يتميز هذا النوع من الوجوه بعرض جميع نقاطه الجبين الوجنتين والفك والدقن.
- يعتبر من أكثر الوجوه تتصف بحده الملامح والرجولية.
- أفضل القصات لهذا النوع القصات ذات الاطوال المتدرجة والتي تساعد على ابعاد النظر عن النقاط البارزة.



- ونقصد بتلك القصات المتدرجة التي يزداد طولها كلما اتجهنا الى مقدمة الرأس مع مراعاة المحافظة على طول مناسب للسوالف لتخفيف من حدة الوجنتين.





• الوجه المثلث (Triangle face shape) :

• يتميز هذا النوع من الوجوه بجبين عريض نوعا ما وفك اعرض من

الوجنتين ودقن مدبب.

• يفضل اختيار القصات المتدرجة الطول والتي تميل

للطول المتوسط لمقدمة الرأس المرفوعة للأعلى مع الإبقاء

على طول مناسب للسوالف للحد من عرض عظمة الفك.





- **تناغم قصه الشعر:** هو دليل يساعد على اختيار قصه الشعر المناسبة للزبون حيث يدرس عدة نواحي مختلفة كالعمر، الشخصية، نمط الحياة والعمل.
- **ولا ننسى انه يجب ان نفحص الشعر قبل اختيار القصة لنحدد:**
 ١. **كثافه الشعر:** كمية الشعر في المربع الواحد.
 ٢. **نوع الشعر:** ناعم – أجعد.
 ٣. **الفراغات:** تساوي كمية الشعر في كامل الرأس وعدم وجود مناطق صلع او فراغات.



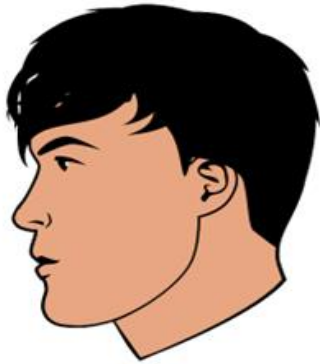
• تنقسم قصات الشعر حسب طوله الى ثلاث اقسام:

١. الشعر القصير: هو الشعر الذي يكون طوله من ٥. سم الى ٣ سم ولا

يصل الى الاذن من الجوانب او مقدمة الرأس.

٢. الشعر المتوسط الطول: هو الشعر الذي يكون طوله من ٤ سم

حتى ٧ سم ويغطي الاذن من الجوانب، مقدمة الرأس او من كليهما.





٣. الشعر الطويل: هو الشعر الذي يكون طوله أكثر من ٨ سم ويصل الى حد الرقبة واطول.

• تقنيات قص الشعر

• نستخدم لقص الشعر عدة تقنيات تعتمد على اختيار نوع الأداة

المستخدمة في القص مثل

٢. قص الشعر بالموس.

١. قص الشعر بالمقص.

٣. قص الشعر بمكينه الحلاقة.



١. مقبض المقص: وهو عبارته الجزء المتصل باخر شفرات المقص دائري

تدخل بداخله الأصابع لمسك - فتح واغلاق المقص

• وهو عبارته عن جزئين:

أ- مقبض مخصص لأصبع البنصر: وهو المخصص لفتح المقص اثناء

عملية القص. ويكون اخره قطعه معدنيه مسطحه مخصصه لراحة

إصبع الخنصر.

ب- مقبض مخصص لأصبع الابهام: وهو المخصص لأغلاق المقص عند

التوقف او الانتهاء من عملية القص.



شفرات المقص: وهو الجزء المخصص لقص الشعر. عددها اثنتين احدى جهاتها حاد. تتقاطع مع بعضها البعض بشكل (x) ويثبتهما بالوسط برغي التثبيت قابل للشد والارتخاء.





١. مقص قص الشعر: مقص شفراته الاثنتين مسطحة حاده يستخدم

لقص وتقصير طول الشعر.

٢. مقص تخفيف الشعر: مقص تختلف شفراته أحدها مسطح حاد

الأخرى مسننه اقل حدة يستخدم لتخفيف من كميته الشعر مع

المحافظة على جزء من الطول.



مقص تخفيف الشعر



مقص قص الشعر



١. حجم المقبض: لابد ان يكون حجم مقبض المقص يتناسب مع حجم الأصابع .
٢. طول الشفرات: لابد ان يكون حجم المقص وطول الشفرات مناسب لطول الشعر المرغوب قصه فكلما كان طول الشعر طويل احتجنا لمقص شفراته طويله والعكس مع الشعر القصير.
٣. مسمار التثبيت: لابد ان يكون قابل للنفك والشد والارتخاء حتى يساعد في تغيير مرونة المقص عند الفتح والاعلاق وكذلك يسهل فتح أجزاء المقص عند الرغبة في حد شفرات المقص.



- عند قص الشعر یمسك المقص بأصبع البنصر والابهام ويكون البنصر هو المتحرك اثناء القص والابهام ثابت.
- عند التوقف عن القص او الانتهاء من القص یرج الاصبع الابهام من المقبض ویضم المقص بكامل اليد وتسمى هذه الحركة بتأمين المقص.
- عند مناولة المقص لأحد الأشخاص یرحم المقص وهو مغلق الشفرات بكامل اليد وتكون اتجاه الشفرات داخل يد الحامل والمقابض باتجاه المتلقي.



١. زاوية صفر درجة: تستخدم هذه الزاوية لقص أطراف الشعر بدون اضافته أي تدرج على الشعر وهي مناسبة للشعر المتوسط الطول والطويل.
٢. زاوية ٤٥ درجة: تستخدم هذه الزاوية لأضافته بعض التدرج على الشعر من الأطراف مع المحافظة على طول الشعر وهي مناسبة للشعر المتوسط الطول والطويل.
٣. زاوية ٩٠ درجة: تستخدم هذه الزاوية لأضافته التدرج على كامل الشعر بشكل متساوي تناسب جميع اطوال الشعر.

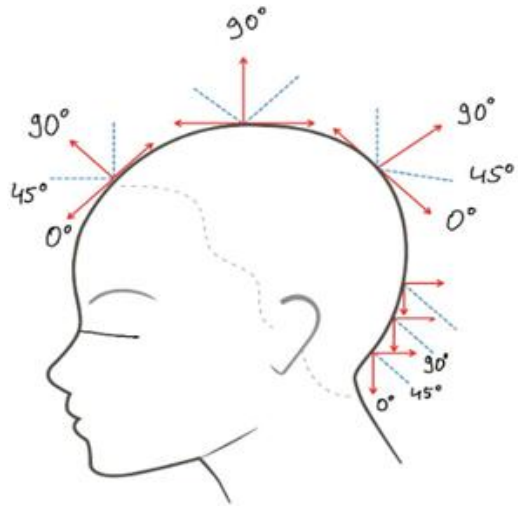


• يمكن استخدام زاوية واحدة اثناء القص ويمكن دمج عدة زوايا للحصول على شعر متدرج الاطوال.

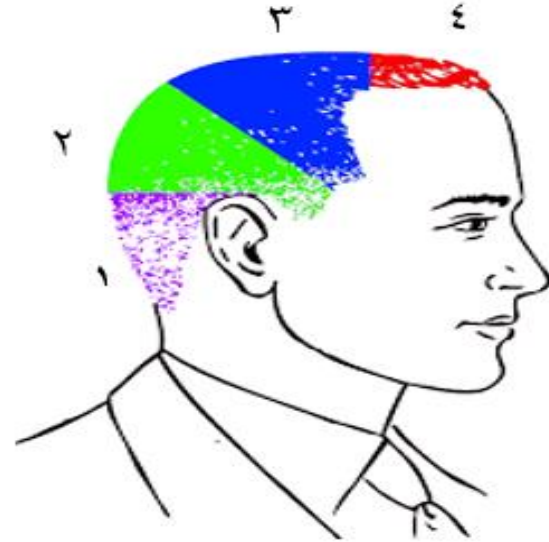
• عند دمج الزوايا تكون الزوايا متتالية بالقيمة (صفر مع ٤٥ - ٤٥ مع ٩٠)

• يختلف اتجاه ارتفاع الزاوية مع اختلاف موقع الزاوية (مؤخرة الرأس -

وسط الرأس - الجوانب - مقدمة الرأس



مناطق قص الشعر على سطح الرأس



١. مؤخرة الرأس.

٢. وسط الرأس.

٣. اعلى الرأس والجانبين.

٤. مقدمة الرأس.

● تقنيات قص الشعر بالمقص

١. قص الشعر بالمقص واليد.

٢. قص الشعر بالمقص والمشط.

خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



١. استقبال الزبون: في هذه الخطوة نستقبل الزبون ونستمع لرغباته والتشاور معه حول شكل القصة المطلوبة كذلك يتم فيها فحص راس وشعر الزبون والاتفاق على القصة.

٢. تجهيز الزبون والأدوات: في هذه الخطوة يجلس الزبون في المكان المخصص ويعمل له الاكساء المناسب وتجهز جميع الأدوات المستخدمة (المقص – المشط – بخاخ ماء - فرشاة تنظيف الشعر).
ويبلل شعر الزبون ويمشط تجهيزا لعملية القص.

خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٣. مسك الخصلة وقص المرشد (Guide line): المرشد هو الخصلة الأولى التي نقصها وتحدد الطول المطلوب ونتبعها في كامل خصال الشعر وتكون في مؤخرة الرأس.



- نمشط الخصلة بطول ٢ سم وبعرض ٢ سم ونمسكها بين اصبعين السبابة والوسطة بشكل طولي باليد اليسرى بينما نمسك المقص باليد اليمنى ونبدأ القص من الأسفل للأعلى.
- تكرر الحركة حتى ننتهي من كامل منطقه مؤخرة الرأس .

خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٤. قص وسط الرأس: بعد الانتهاء من قص منطقه مؤخرة الرأس ونحدد الطول ونبدأ بالارتفاع لمنطقه وسط الرأس مع اخذ خصله من مؤخرة الرأس لتكون المرشد في القص.

• نقص خصل المنطقة كامله بنفس الطريقة.



خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٥. قص اعلى الرأس: نكرر نفس العملية بالارتفاع الى منطقه اعلى الرأس ونبدأ بالقص مع استخدام مرشد من وسط الرأس.

٦. قص الجوانب: بعد الانتهاء من قص اعلى الرأس نسحب خصله

كمرشد ونبدأ بالنزول باتجاه الجوانب مع الوقوف

بجانب الرأس ونقص باتجاه الجنب عند الانتهاء

من الجانب الأول ننتقل للجانب الثاني.



خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٧. قص مقدمة الرأس: عند الانتهاء من الجانبين نسحب خصله من منطقه اعلى الرأس باتجاه مقدمة الرأس حسب الزاوية المطلوبة ونبدأ بالقص.

٨. قص السوالف: بعد الانتهاء من قص كامل الشعر نتأكد من بشكل سريع ان جميع الجهات نفس الطول ثم ننتقل لقص السوالف ونبدأ بتمشيطها للأسفل باتجاه الوجه وقص أطرافها حسب الطول المرغوب برأس المقص بشكل خفيف.



خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٩. تنظيف أطراف الشعر والخطوط الدائرية: كخطوة أخيرة في عملية القص نمشط كامل الشعر للأسفل ونبدأ بقص أطراف الشعر (الخطوط المستقيمة) مع اتباع الخط الطبيعي للشعر حول الاذن والعنق لتنظيف

المنطقة وجعلها متساوية

باستخدام رأس المقص

بحركة خفيفة مثل السوالف.



الخطوط المستقيمة (خط الشعر)



خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٩. تنظيف الرقبة وتسريح الشعر: بعد اكمال عملية القص كامله يزال الاكساء وينظف وجه الزبون ورقبته بفرشاة التنظيف ومن ثم يجفف شعر الزبون ويسرح حسب الرغبة.

قص الشعر بالمقص على المشط



- مشط القص: هو مشط بلاستيكي طويل اسنانه متقاربه، حجم اسنانه تختلف بالحجم من البداية للنهاية وذلك ليساعد على تمشيط جميع اطوال الشعر ينتهي أحد طرفيه بسن مدبب مبتعد عن الاسنان الثانية ليساعد على تقسيم الشعر.
- بعض امشاط القص تحتوي على ارقام لتحدد طول الشعر المرغوب قصه.



خطوات قص الشعر بالمقص على المشط (متدرج الطول)



١. استقبال الزبون: في هذه الخطوة نستقبل الزبون ونستمع لرغباته والتشاور معه حول شكل القصة المطلوبة كذلك يتم فيها فحص راس وشعر الزبون والاتفاق على القصة.

٢. تجهيز الزبون والأدوات: في هذه الخطوة يجلس الزبون في المكان المخصص ويعمل له الأكساء المناسب وتجهز جميع الأدوات المستخدمة (المقص – المشط – بخاخ ماء – ملاقط شعر- فرشاة تنظيف الشعر).

- ويبلل شعر الزبون ويمشط تجهيزاً لعملية القص.

خطوات قص الشعر بالمقص على المشط (متدرج الطول)



٣. تقسيم الشعر واستخدام الملاقط: يمشط الشعر ويقسم بشكل افقي

وعمودي الى قسمين (اعلى ومقدمة الرأس – باقي الرأس)

تثبت الأقسام بملاقط شعر.



خطوات قص الشعر بالمقص على المشط (متدرج الطول)



٤ . مسك الخصلة وقص المرشد (Guide line): المرشد هو الخصلة الأولى التي نقصها وتحدد الطول المطلوب ونتبعها في كامل خصال الشعر وتكون في مؤخرة الرأس.

- نمشط الخصلة بعرض ٢ سم ونحدد الطول المرغوب ونشب مكان المشط ونبدأ بقص الشعر الزائد الخارج عن المشط.
- تكرر الحركة حتى ننتهي من كامل منطقه مؤخرة الرأس.



خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٥. قص وسط الرأس: بعد الانتهاء من قص منطقه مؤخرة الرأس ونحدد الطول ونبدأ بالارتفاع لمنطقه وسط الرأس مع اخذ خصله من مؤخرة الرأس لتكون المرشد في القص.

• نقص خصل المنطقة كامله بنفس الطريقة.



خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٦. قص الجوانب: بعد الانتهاء من قص وسط الرأس نسحب خصله كمرشد ونبدأ بالالتفاف باتجاه الجوانب مع الوقوف بجانب الرأس ونقص باتجاه افقي ارتفاعاً للأعلى. عند الانتهاء من الجانب الأول ننتقل للجانب الثاني.



خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



- ٧. قص اعلى الرأس: تتم هذه الخطوة على عدة مراحل
- أ- تقسيم الشعر ثلاثة اقسام بشكل طولي باتجاه مقدمة الرأس
- ب- نمسك الشعر بين أصابع اليدين من مقدمة الرأس
- مع اخذ خصله من وسط الرأس كمرشد ونقص الشعر
- مع مراعاة الزاوية المطلوبة والطول المطلوب لهذه المنطقة.

خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٨. قص مقدمة الشعر: عند الانتهاء من قص اعلى الرأس نكمل باتجاه المقدمة بنفس الطريقة والاتجاه مع مراعاة الزاوية والطول المطلوب.



خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



٩. تنظيف أطراف الشعر والخطوط الدائرية: كخطوة أخيرة في عملية القص نمشط كامل الشعر للأسفل ونبدأ بقص أطراف الشعر مع اتباع الخط الطبيعي للشعر حول الاذن (الخطوط الدائرية) والعنق (الخطوط



الخطوط الدائرية



المستقيمة) لتنظيف المنطقة وجعلها متساوية باستخدام رأس المقص او موس بحركة خفيفة.

خطوات قص الشعر بالمقص على الاصبع (الطول الواحد)



١٠. تنظيف الرقبة وتسريح الشعر: بعد اكمال عملية القص كامله يزال الاكساء وينظف وجه الزبون ورقبته بفرشاة التنظيف ومن ثم يجفف شعر الزبون ويسرح حسب الرغبة.



١. الوقوف بشكل صحيح.
٢. تجهيز الأدوات معقمه نظيفة في مكان العمل.
٣. الحذر عند استخدام المقص.
٤. اغلاق المقص عند الانتهاء من عملية القص.
٥. تنظيف وجه ورقبة الزبون بعد عملية القص.
٦. تنظيف مكان العمل.
٧. إعادة المقصات والأدوات الحاده مكانها.



غسيل الشعر



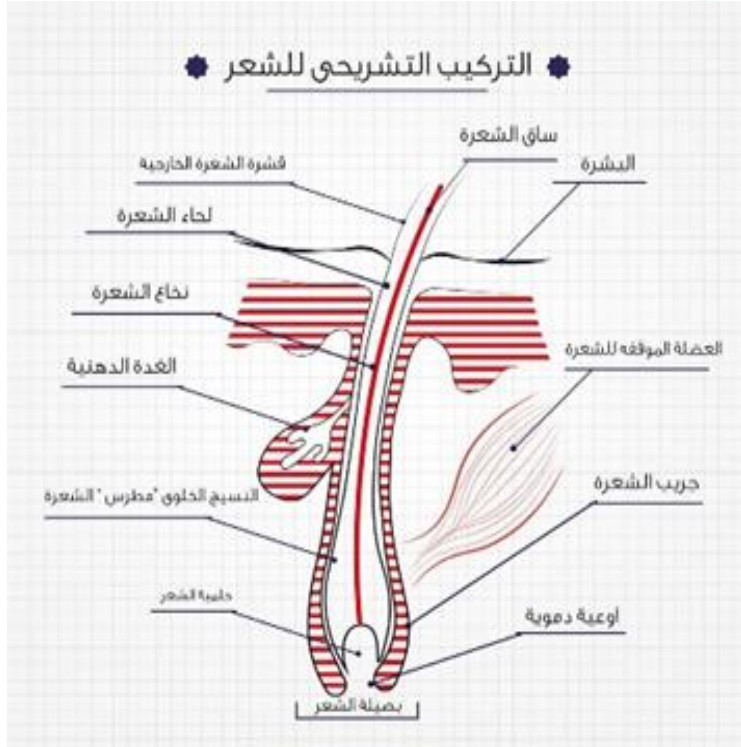
- من المتوقع في نهاية هذه الوحدة التدريبية أن يكون المتدرب قادراً وبكفاءة على أن:
 ١. يفحص فروة الرأس باستخدام النظر واليدين.
 ٢. يحدد حالة فروة الرأس الصحية لتقديم الخدمة المناسبة.
 ٣. يختار الشامبو المناسب للشعر ليغسل الشعر.
 ٤. يغسل الشعر بالطريقة الصحيحة لتنظيفه من الاوساخ والشوائب والمواد الكيميائية.
 ٥. يجفف الشعر ليجهزه للخدمة.



- الوقت المتوقع للتدريب على هذه الوحدة: ٢٠ ساعة
- الوسائل التدريبية المساعدة:
 ١. سبورة.
 ٢. جهاز عرض صور (بروجكتر).
 ٣. عروض فيديو لتطبيقات عملية للمهارات.
 ٤. شامبو مختلف الأنواع – بلسم – اكساء - مناشف
 ٥. زبائن للتطبيق العملي



- هي الطبقة المحيطة بالرأس تقع بين الشعر وعضلات الرأس.
- تتكون من طبقتين: خارجيه يمكن لمسها وفيها الشعر الخارجي
- وطبقه داخلية تحوي على جذور الشعر – بصيالات الشعر -غدد دهنية وشعيرات دموية.
- دورها حماية طبقه الرأس والعضلات من العوامل الخارجية وتثبيت الشعر.





- مميزات فروة الرأس الصحية:
- تكون فروة بيضاء نظيفة تتنفس تخلو من الاحمرار او الدهون ولا تشعر بالألم عند لمسها ولا تعاني من الحساسية عند استخدام الأجهزة الكهربائية او المواد الكيميائية.



- من المهم التفريق بين الامراض التي تصيب فروة الرأس والتي تصيب الشعر.

- فأمراض فروة الرأس تصيب المنطقة فقط وتؤثر على الشعر، بينما امراض الشعر ليس بالضرورة ان تؤثر على فروة الرأس.

- تنقسم امراض فروة الرأس الى نوعين

أ- معديه

ب- غير معديه



١. القمل: حشرات صغيرة سوداء تعيش على فروة الرأس وعلى ساق الشعرة تتغذى عن طريق امتصاص الدم تتكاثر بسرعة عالية وتنتج بيض ابيض يلتصق بالشعر يسمى (الصيبان).

٢. لصدفية: مرض جلدي يصيب أجزاء مختلفة من الجسم وتسمى التي تصيب الرأس (صدفية فروة الرأس). وهي طبقة قشرية بيضاء ملتصقة بفروة الرأس تسبب تهيج واحمرار والم لفروة الرأس.





٣ . القشرة: هي طبقة بيضاء تشبه القشور تصيب فروة الرأس

وتسبب التهيج والاحمرار والرغبة في الحكّة باستمرار.

• لها نوعين: جافه ودهنيه.

• يختلف النوعين بالخصائص كاللون، السماكة، الثبات على

فروة الرأس وطريقه العلاج ولكنها تتشابه في الاثار والاحساس.



أ- الدهنية: سميكة يميل لونها للأبيض الرمادي تلتصق بفروة الرأس بشكل كتل صغيرة تدخل تحت الاظافر عند الحكّة.

ب- الجافه: خفيفة منثورة بفروة الرأس لونها ابيض مصفر تتساقط

على الملابس والاكتاف عند الحكّة

• جميع امراض فروة الرأس المعدية تنتقل عن طريق التلامس

واستخدام الأدوات الشخصية كالأمشاط - المناشف - والملابس

والمخدات وغيرها.



١. **الدهون الزيادة:** وهي مشكله تتكون بسبب الافراز الدهني الزائد عن الطبيعي للغدد الدهنية مما يسبب في طبقه دهنية ورائحه للشعر خلال ٢٤ ساعة.
٢. **جفاف فروة الرأس (فروة الرأس الحساسة):** مشكله تسبب احمرار وتهيج والم عند لمس فروة الراس او عند استخدام أي مواد عطرية وكيميائية.
٣. **الثعلبية:** مرض يصيب فروة الرأس ويسبب تساقط الشعر وتكون بقع صلعاء في الرأس.



● يكون عن طريق اليد والنظر.

● أهمية فحص فروة الرأس

١. تحديد حاله فروة الرأس.

٢. منع انتشار الامراض المعدية.

٣. تحديد الشامبو المناسب.



● اختيار الشامبو المناسب:

● يعتمد اختيار الشامبو حسب نوع الشعر ونوع الخدمة المقدمة.

● أنواع الشامبو:

١. الشامبو العادي: ويستخدم لغسل الشعر العادي لتنظيفه.
٢. الشامبو الطبي: وهو شامبو يحوي مواد طبيه يستخدم لغسل فروات الراس التي مصابة بأمراض معينه كشامبو القمل – شامبو الصدفية.
٣. الشامبو الخاص: يستخدم للشعر المعالج كيميائيا كالشعر المصبوغ او الشعر المفروود.



- أن يكون ليناً على الشعر ولا يتسبب في تهريئه فروة الرأس ولا يجفف الشعر.
- أن يكون ليناً على الفروة حتى لا يتسبب التهابات.
- أن يكون صحياً على اليد عند الاستخدام.
- أن يكون متطابقاً وطبيعة الشعر وجلد الرأس.
- يستخدم بسهولة.
- يعطي لمعاناً وليونة للشعر.
- أن يكون فيه رغوة وافرة وخفيفة وسريع الشطف والتنظيف.



- الأس الهيدروجيني أو الرقم الهيدروجيني (pH) هو درجة حموضة أو قلوية أي مادة، ويتم قياسه بمقياس ما بين ٠ و ١٤. أي شيء تتراوح درجة حموضته بين ٠ و ٦,٩ فهو حمضي وأي شيء درجة حموضته ٧ فهو محايد وأي شيء تتراوح درجة حموضته بين ٧,١ و ١٤ فهو قلوي. تتراوح درجة حموضة شعر الإنسان وزيت فروة الرأس الطبيعية بين ٤,٥ و ٥,٥ هذه هي درجة الحموضة المتوازنة للشعر التي تمنع وجود الفطريات والبكتيريا في الشعر وفروة الرأس وتحافظ على المسام مغلقة وصحية.



- تؤثر العديد من منتجات الشعر التي يستخدمها الناس على درجة الحموضة الطبيعية للشعر. المواد عالية القلوية تتسبب في فتح مسام بصيلات الشعر، أما المواد عالية الحموضة تتسبب في سد مسام البصيلات



- هناك عدة عوامل والحالات التي يمكن ان تقييم درجة حموضه الشعر بشكل عام وتساعد على استخدام الشامبو المناسب:
 ١. وجود مشاكل في فروة الرأس كالحكة – جفاف فروة الرأس – اكزيما – او فطريات فهذا دليل على ارتفاع قلوية الشعر وان الشامبو المستخدم حاليا عالي الحموضة فوق ٧ وقد يتسبب في جفاف الشعر وتكسره وهنا يجب ان يستبدل لشامبو اقل حموضه ما بين ٦-PHY.



٢. استخدام المواد الكيميائية على الشعر باستمرار كالصبغة والفرد مواد تزيد من قلوية الشعر وجفافه وفتح مسامه من ثم استخدام شامبو عالي الحموضة لسد المسام هذه العملية تتلف الشعر وتفقده التوازن في انتاج الزيوت الطبيعية لترطيب الشعر وفروة الراس بالتالي نحتاج الى شامبو حمضي درجته من ٥.٥ الى ٦.٥ PH للمحافظة على درجة ترطيب عالية تقاوم قوة المواد الكيميائية.



٣. الشعر الاجعد يتميز بدرجة عالية من القلوية وانفتاح مستمر للمسامات

مما يحتاج الى استخدام شامبو حمضي ما بين ٤,٥-٥,٥ PH يساعد على

اغلاق المسام وترطيبها.

٤. الشعر الدهني عكس الاجعد يحتاج الى شامبو قلوي ليخفف من تراكم

الدهون على فروة الرأس واغلاق المسام ما بين ٧,٥-٨ PH.



• هو الغطاء الذي يوضع على الزبون لحماية ملبسه من البلل او الشعر او الصبغات.

• خامات الاكساء:

١. القماش: ويستخدم للخدمات التي يكون في خطواتها تبليل

للشعر او غسيل.

٢. البلاستيك: يستخدم للصبغات او فرد الشعر.



١. أكساء رطب: هو الأكساء الذي يستخدم للخدمات التي يكون الماء في

خطوات العمل كقص الشعر – الصبغة.

- ويكون بوضع منشفه حول رقبة الزبون ومن فوقها يوضع

الأكساء.

١. أكساء جاف: وهو الأكساء الذي يستخدم للخدمات التي لا تستخدم

الماء اثناء خطواتها كالاستشوار – تدليك الرأس

- ويكون بوضع الأكساء مباشرة على الزبون بدون فوطه في اسفله.



١. تجهيز الزبون بعمل الاكساء.
٢. تجهيز المناشف
٣. فحص فروة الرأس وحاله الشعر.
٤. تحديد الشامبو المناسب.
٥. يجلس الزبون عند مغسلة الشعر.
٦. تطبيق عملية الغسل.
٧. تنشيف الشعر بالمنشفة.

إجراءات السلامة عند غسل الشعر



١. البس الزي المناسب للعمل.
٢. التأكد من عدم وجود أي تسرب في المغسلة.
٣. جهز موقع العمل.
٤. احفظ الأدوات في أماكنها الخاصة.
٥. فحص الشعر وفروة الرأس.
٦. تحديد الشامبو المناسب لكل عملية.
٧. تعديل درجة حرارة الماء.



٨. التأكد من الشطف الجيد لفروة الرأس من بقايا الشامبو.
٩. التزم بالوقفة الصحيحة أثناء العمل.
١٠. التأكد من عدم مضايقة الزبون أثناء فرك الشعر بأصابع اليد.
١١. الحذر من عدم تلوث ملابس الزبون بالماء.



تدليك فروة الرأس

الأهداف التفصيلية للوحدة



- من المتوقع في نهاية هذه الوحدة التدريبية أن يكون المتدرب قادراً وبكفاءة على أن:

١. يعدد عضلات فروة الرأس واتجاهاتها لتحديد اتجاه التدليك.
٢. يدللك فروة الرأس باستخدام اليد او جهاز التدليك.



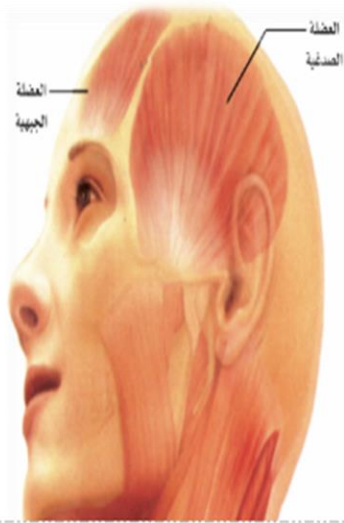
الوقت المتوقع للتدريب على هذه الوحدة: ٢٠ ساعة

الوسائل التدريبية المساعدة:

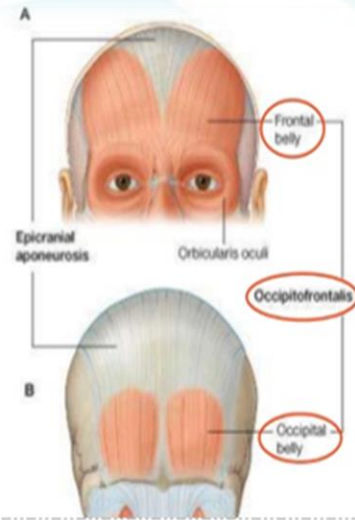
١. سبورة.
٢. جهاز عرض صور (بروجكتر).
٣. عروض فيديو لتطبيقات عملية للمهارات.
٤. زيوت لتدليك الرأس.
٥. جهاز تدليك الرأس.
٦. زبائن للتطبيق العملي.



- يتكون الرأس من عضلتين رئيسية:
القدالي والصدغية.



العضلة الصدغية



العضلة الجبهية - عضله مؤخرة الرأس



• وهي عضله محيطة بكامل الرأس وتلتصق بالجمجمة وبها جزئين مهمين

أ- العضلة الجبهية (frontal muscle)

ب- عضله مؤخرة الرأس (occipitalis muscle)



- ١- العضلة الجبهية (frontal muscle): وهي عضله تمتد من فوق الحاجب حتى مقدمة الرأس بشكل مستطيل ويكون اتجاهها من الحاجب الى الجمجمة.
- ٢- عضله مؤخرة الرأس (occipitalis muscle): هي عضله مستطيلة الشكل تقع بمؤخرة الراس من الجانبين فقط ويكون اتجاهها من أسفل الرأس الى وسط الجمجمة.



- هي عضله شبه دائريه تقع على جانبي الرأس تبدأ من جانب الوجه وتتجه حتى خلف الاذن.
- تصنف هذه العضلة بأهم عضلات الراس لكونها متصلة بعدة عضلات رئيسية كعضله الفك - العضلة الجبهية - عضله العين وعضله الاذن.
- تلعب دورا كبيرا كذلك بإحساس الألم حيث ان أي مشكله بالعضلات السابقة قد يسبب صداع شديد بمنطقة الصدغ



- تلعب عضلة القذالي بجزئها دورا كبير بإحساس الألم فهي عضله مشدودة باستمرار واي شعور بالضغط بالجزء العلوي قد يؤدي الى الإحساس صداع بمقدمة الرأس وزغلة بالنظر كذلك الجزء السفلي منها يؤدي الى الإحساس بالم الصداع بمقدمة الرأس والم بالرقبة.



• يعد تدليك فروة الرأس من التقنيات المنتشرة بين الناس والمساعدة للإحساس على الشعور بالارتياح وتخفيف الضغط على الراس الناتج عن الاجهاد والسهر او التوتر.

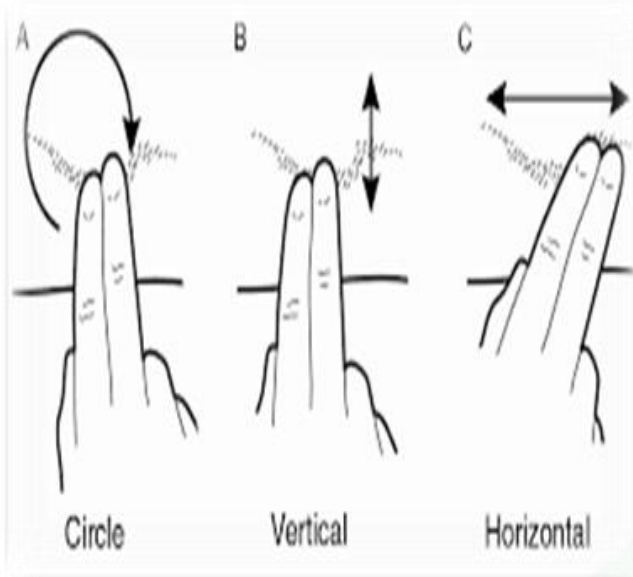
• تقنيات تدليك فروة الرأس:

١- تدليك فروة الرأس باليدين

٢- تدليك فروة الرأس بجهاز التدليك



- عند الضغط والتدليك باستخدام الأصابع فإن اتجاهات التدليك لكل عضله تكون اما



1. دائريه: وتكون بشكل دائري باتجاه عقارب الساعة في نفس المنطقة والعضلة.

2. عموديه: وتكون من الأعلى الى الأسفل او العكس حسب اتجاه العضلة المدلكة.

1. افقيه: وتكون من اليمين الى اليسار او العكس حسب اتجاه العضلة المدلكة.

خطوات تدليك فروة الرأس باليدين



- ضع فوطة خاصة حول رقبة الزبون
- افحص الشعر وفروة الرأس
- ضع قليلا من الزيت على فروة الرأس
- قم بتدليك فروة الرأس عن طريق الضغط على العضلات برأس أصابع اليد.
- اضغط بأصابع اليد على العضلات الخلفية لأسفل الرقبة من ٥ إلى ١٠ دقائق.
- اضغط بالأصابع على عضلات الجبين إلى الصدغين

خطوات تدليك فروة الرأس بجهاز التدليك



- ضع فوطة خاصة حول رقبة الزبون
- افحص الشعر وفروة الرأس
- امسك جهاز التدليك باليد اليمنى ثم مررها على سطح الرأس.
- مرر جهاز التدليك نحو مقدمة الرأس.
- مرر جهاز التدليك على كامل فروة الرأس.
- كرر العملية لمدة ١٠ دقائق.

إجراءات السلامة عند تدليك فروة الرأس



١. البس الزي المناسب للعمل.
٢. جهز موقع العمل.
٣. ثبت الكرسي وعدله في مستوى اليد.
٤. تأكد من مناسبة الكهرباء للآلة.
٥. حدد الزيوت المستخدمة للتدليك.
٦. تجنب التدليك المفرط.



Laura Allen and David pounds. Basic Clinical Massage Therapy •

3rd edition

Susan Simp fender fert Milady's standard cosmetology text book •



تم بحمد الله